



ARTS SPORTS ET LOISIRS

SECTION RANDONNEE

EN PAYS D'AIGUES

06 74 55 97 11

RANDONNEES PEDESTRES 4ème trim 2022

TOUS LES DEPARTS SE FONT DE LA PLACE ST CHRISTOPHE A LA TOUR D'AIGUES ET LES DISTANCES SONT
EVALUEES JUSQU'AU POINT DE DEPART RANDONNEE ET RETOUR

COTATIONS PAR DIFFICULTES : PENIBILITE TECHNIQUE RIEN si pas de technique

P1 SENTIER PLAT SUR TERRAIN AGREABLE
FACILES

T1 SENTIER EN BALCON OU PASSANT DANS DES ROCHERS

P2 LONG TRAJET AVEC DENIVELLATIONS FREQUENTES

T2 SENTIER AVEC RESSAITS EXPOSES

P3 SENTIER AVEC PASSAGES PENIBLES

T3 RESSAITS ROCHEUX PARFOIS EQUIPES ET DELICATS

Participation de 0,05 € par km et par personne transportées pour le covoiturage (péage partagé e sus)

La participation de chacun aux randonnées proposées s'effectue sous sa propre responsabilité : la personne doit apprécier ses capacités personnelles et sa résistance physique afin d'être en adéquation avec la cotation de la randonnée. Les sorties étant organisées par des accompagnateurs bénévoles, ceux-ci ne peuvent être tenus responsables.

DATE : SAMEDI 10 SEPTEMBRE 2022

DEPART : 9h00 DUREE : 6h00 LONGUEUR : 15KM DISTANCE AR : 150km COVOITURAGE : 7,50€

DENIVELE : 150m COTATION : P1 T1

ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22 31

DESCRIPTION : SENTIER COTIER SAUSSET LES PINS - CARRO

Randonnée au départ des carrières de Sausset les Pins en direction de Carro (ALLER/RETOUR)

Par le sentier côtier

Aucune difficulté et baignade assurée.

Maillot de bains et chaussures pour aller dans l'eau !!

DATE : DIMANCHE 18 SEPTEMBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 6h00 LONGUEUR : 16 km DISTANCE AR : 70 km COVOITURAGE : 3,5 €

DENIVELE : 600 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70

DESCRIPTION : Font de l'Orme – Rocher de la croix de fer (Mérindol – Petit Luberon) Belle randonnée avec de belles vues sur la vallée de la Durance. Passage au vieux Mérindol sur le retour. Sentiers et pistes du Luberon avec quelques passages raides.

DATE : DIMANCHE 25 SEPTEMBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 4h00 LONGUEUR : 10 km DISTANCE AR : 74 km COVOITURAGE : 3,7 €

DENIVELE : 375 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS-CALMON 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : Le plateau des CLAPAREDES par SAIGNON (84)

Partant du centre d'Apt, belle petite boucle facile passant devant Saignon, Roscalière et son Rocher des Druides, pour atteindre le plateau des Claparèdes. Retour par une belle calade.

DATE : DIMANCHE 2 OCTOBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 5h25 LONGUEUR : 14 km DISTANCE AR : 186 km (environ 2h de route)

COVOITURAGE : 9,5 € DENIVELE : 450 m COTATION : P1 T1

ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS-CALMON 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : Les voies romaines du pays du Verdon (04)

Randonnée à l'est de la crête du Montdenier empruntant d'anciennes voies romaines reliant la Via Augusta à la Via Domitia, côtoyant le village abandonné de Chateauneuf-lès-Moustiers, et la petite chapelle sous roche Notre-Dame.

Fin de circuit par une petite route peu fréquentée mais goudronnée. Rando facile à moyenne

DATE : SAMEDI 8 OCTOBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 6h30 LONGUEUR : 14KM DISTANCE AR : 220 km

COVOITURAGE : 11€ + péage DENIVELE : 600 m COTATION : P2 T1

ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22 31

DESCRIPTION : CRETE DE GERUEN DEPART COL DE FONT BELLE (04)

Randonnée déjà faite au printemps sous la pluie, que l'on refait en espérant le beau temps - la vue est magnifique.

Panorama garanti au sommet avec vue à 360° ou seuls les Monges cachent l'Oisans. Vue plein Sud jusqu'à la basse Provence, en passant par la montagne de Lure, le Mont Ventoux, le Dévoluy avec le Pic de Bure, la vallée de la Blanche du côté de Digne, etc...

Contraste entre la monte méditerranéenne plein Sud et la crête plus froide.

Randonnée sans difficulté majeure la montée est progressive sur un joli sentier.

Bâtons et chaussures montantes recommandés

DATE : DIMANCHE 9 OCTOBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 4h00 LONGUEUR : 10,4 km DISTANCE AR : 82 km COVOITURAGE : 4,1 €

DENIVELE : 206 m COTATION : P1 T1 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : BOUCLE DANS LE PASSE ANTIQUE DE VERNEGUES (13)

Départ de la chapelle Saint Symphorien du village de Vernègues. Rando facile sans prétention mais intéressante par la diversité des sites historiques et sur des chemins agréables.

DATE : DIMANCHE 16 OCTOBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 6h30 LONGUEUR : 16 km DISTANCE AR : 210 km COVOITURAGE : 10,5 €

DENIVELE : 650 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Vallée de l'Asse côté Barrême – Clue de la Melle (04)

Départ de l'Asse de Blieux. Permet d'admirer les gorges étroites de la Melle et les paysages des Alpes de Haute-Provence. Montée à la chapelle de la Melle à 1200m d'altitude, seul vestige d'un hameau qui abrita de hauts faits de la résistance, avant d'être détruit.

DATE : DIMANCHE 23 OCTOBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 5h30 LONGUEUR : 12 km DISTANCE AR : 180 km COVOITURAGE : 9 € + péage

DENIVELE : 650 m COTATION : P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Alpes de Haute-Provence – Boucle de la chapelle de Pérusse (Thoard)

Départ du hameau de Vaunavès. Jolie balade avec un passage par la chapelle Saint-Joseph et de belles vues sur les sommets des vallées environnantes.

DATE : DIMANCHE 30 OCTOBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 6h15 LONGUEUR : 15 km DISTANCE AR : 112 km COVOITURAGE : 5.60 €

DENIVELE : 650 m COTATION : P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS-CALMON 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : Autour de Fontaine-de-Vaucluse (84)

Boucle en 8, qui nous fait découvrir les terrasses jadis cultivées, quelques bories et l'ancien oppidum de Bondelon. Sans oublier, à mi-parcours, un aller-retour au gouffre de Fontaine de Vaucluse . Rando moyenne

DATE : SAMEDI 5 NOVEMBRE 2022

DEPART 8h00 DUREE : 5h00 LONGUEUR : 13KM DISTANCE ALLER RETOUR : 200 km

COVOITURAGE : 10 € + autoroute DENIVELE : 750 m COTATION : P2 T&

ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22 31

DESCRIPTION : LE COUSSON AU DEPART D'ENTRAGES (04)

Randonnée au départ d'Entrages (au-dessus de Digne) en direction du sommet du Cousson (altitude : 1 511M)

La 1ère montée de cette randonnée est progressive, suivie d'une courte descente et la montée finale est courte.

Bâtons et chaussures montantes recommandés

DATE : DIMANCHE 13 NOVEMBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 5h30 LONGUEUR : 15 km DISTANCE AR : 90 km COVOITURAGE : 4.50€

DENIVELE : 440 m COTATION : P2 T1 ACCOMPAGNATEUR : Valérie d'HERS-CALMON 06 51 63 70 33

DESCRIPTION : Viens, hameaux et chapelles (84)

Une promenade dans le Luberon qui inclut la visite du très beau village de Viens, de quelques-uns de ses hameaux et chapelles. Des aperçus sur les ocres de Rustrel et Gignac, de belles pistes et passages en forêt. Des curiosités géologiques (la dalle aux empreintes) - Rando moyenne.

DATE : DIMANCHE 20 NOVEMBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 5h30 LONGUEUR : 14,8 km DISTANCE AR : 54 km COVOITURAGE : 2,7 €

DENIVELE : 445 m COTATION : P1-P2 – T1 ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : DERRIERE LA ROQUE D'ANTHERON (13)

Départ près de l'abbaye de Silvacane - passage sur des chemins sympa dans le massif des Côtes, rando agréable sans prétention, entre facile et moyenne.

DATE : DIMANCHE 27 NOVEMBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 5h10 LONGUEUR : 13KM DISTANCE AR : 130 km

COVOITURAGE : 6,5 € + péage DENIVELE : 506 m COTATION : P2 T1

ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : HAUTS DES RAVINS DE L'INFERNET ET DE LA COUTRONNE - Sainte BAUME OUEST

Départ du parking des Encaneaux près d'Auriol. Très belle rando parfois à flanc de falaise, dans un très beau paysage. La vue du col de la Lare permet de jouir d'un très beau panorama sur les contreforts ouest de la Ste Baume. Rando moyenne.

DATE : SAMEDI 3 DECEMBRE 2022

DEPART : 9h00 DUREE : 5h00 LONGUEUR : 13km DISTANCE AR : 80 km COVOITURAGE : 4 €

DENIVELE : à déterminer COTATION : P1 T1

ACCOMPAGNATEUR : Patrick COLMUTO 06 24 26 22 31

DESCRIPTION : FORCALQUIER LES ROCHERS DES MOURES (04)

DATE : DIMANCHE 4 DECEMBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 7h00 LONGUEUR : 19 km DISTANCE AR : 100 km COVOITURAGE : 5 €

DENIVELE : 550 m COTATION : P2 T2 ACCOMPAGNATEUR : Philippe CALMON 06 33 34 70 18

DESCRIPTION : Le plateau d'Orgon dans les Alpilles orientales (13)

Circuit dans les Alpilles avec en premier lieu la chapelle Notre-Dame de Beauregard qui domine la vallée de la Durance, puis un grand tour sur le plateau d'Orgon et ses vallons.

DATE : DIMANCHE 11 DECEMBRE 2022

DEPART : 8h30 DUREE : 4h00 LONGUEUR : 13,2 km DISTANCE AR : 118 km

COVOITURAGE : 5,6 € DENIVELE : 120 m COTATION : P1 T1

ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : COLLINES DE LANÇON DE PROVENCE (13)

Rando facile sans prétention avec peu de dénivelé et avec vues sur étang de Berre et Ste Victoire.

DATE : DIMANCHE 18 DECEMBRE 2022

DEPART : 8h00 DUREE : 4h40 LONGUEUR : 12,3 km DISTANCE AR : 160 km

COVOITURAGE : 8 € + péage DENIVELE : 401 m COTATION : P1 T1

ACCOMPAGNATEUR : René MACCARIO 06 74 55 97 11

DESCRIPTION : LE TELEGRAPHE A PARTIR DES PLAINES BARONNES A LA CIOTAT (13)

Départ des plaines Baronnes à la Ciotat, montée en douceur au Télégraphe. Cette rando permet de jouir de vues sur le Golfe d'Amour à la Ciotat et de croiser quelques vestiges (jas, borie, four à cade et charbonnière)

Rando facile à moyenne.